

教室名	会場	地区名	曜日	時間
水晶苑体操教室	老人憩いの家 水晶苑	大仁	第1.3 火・金	10:30~11:35 13:00~14:05
やすらぎ体操教室	高齢者健康会館 やすらぎの家	長岡	第2.4木 第1.3金	13:00~14:05
温泉交流館体操教室	高齢者温泉交流館 (旧めおと湯の館)	葦山	第2.4水 第1.3木	13:15~14:20 10:30~11:35
★立花体操教室	立花公民館	大仁	木	9:30~10:30
田京元気クラブ	田京・老人憩いの家		第2.4火	9:15~, 10:35~ (2部制)
さわやか体操教室	大仁体育館		第1.3水	9:30~10:35
宗光寺体操教室	宗光寺公民館		第1.3木	
守木体操教室	守木公民館		第1.3金	
星和体操教室	星和区公民館		第2.4金	
三福楽だら教室	三福公民館		第2.4金	
★浮橋体操教室	浮橋公民館		金	10:00~11:00
吉田体操教室	吉田観音堂		第2.4火	13:00~14:05
★神島楽だら体操教室	神島集会センター		月	13:30~14:30
御門体操教室(休止中)	御門防災センター		第1.3火	13:30~14:35
★湯らっくす足湯教室	長岡区民館		第2.4火	9:15~, 10:35~ (2部制)
天野体操教室	天野・老人憩いの家		第2.4火	9:30~10:35
小坂体操クラブ	小坂・老人憩いの家	第2.4木		
仲之台体操教室	南江間公民館	第1.3金	13:00~, 14:20~ (2部制)	
鳥打体操教室	鳥打公民館	第2.4月	13:30~14:35	
千代田体操教室	千代田公民館	第1.3火		
★小松ヶ原健康体操教室	小松ヶ原コミュニティー室	金	季節により体操時間が変わります	
四日町体操教室	四日町公民館	第2.4金	9:15~, 10:35~ (2部制)	
立花台体操教室	立花台公民館	第1.3月	9:30~10:35	
土手和田体操教室	松並公民館	第2.4月		
山木体操教室	山木産業会館	第1.3火		
葦山保健センター体操教室	葦山福祉・保健センター	第1.3金	9:40~10:45	
みどり区楽だら体操教室	みどり区自治会館	第2.4水		
★原木体操教室	原木公民館	水	9:30~10:30 13:30~14:30	
★多田体操教室	多田公民館	月	13:00~14:00	
★中條体操教室	中條公民館	第2.4木	13:00~, 14:20~ (2部制)	
南條体操教室	南條区民ホール	第2.4火	13:30~14:35	
寺家体操教室	寺家公民館	第1.3水		
共和らくだら体操教室	中区公民館	第1.3木		

教室の開催については、新型コロナウイルスの感染状況により、変更になる場合があります。
参加希望の方は、相談センターに必ずご連絡ください。